СЕМЬ ПОВАРЯТ

ГОТОВИМ ИЗ КАРТОФЕЛЯ



АРКАИМ

ГОТОВИМ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

СОДЕРЖАНИЕ





закуски и супы

150 килокалорий
155–250 килокалорий
255–300 килокалорий

основные блюда

350 килокалорий
355–450 килокалорий
455–550 килокалорий

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОРЕХАМИ

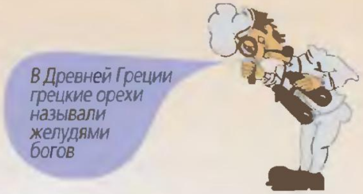
на 10 порций

- картофель 1 кг
- орехи грецкие 2 стакана
- лук репчатый 2 головки
- чеснок 2 зубчика
- кинза 30 г
- уксус яблочный 3 ст. ложки
- перец черный молотый
- соль

■ Вареный картофель нарежьте кубиками.

■ Орехи, чеснок и кинзу пропустите через мясорубку. Добавьте мелко нарезанный лук, заправьте солью, перцем и уксусом.

■ Картофель соедините с ореховой смесью, уложите горкой и оформите мелко рубленной зеленью.





• Время приготовления 15 минут •

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЮ



на 2 порции

- картофель вареный 1 шт.
- филе соленой сельди 100 г
- огурец соленый 1 шт.
- лук репчатый 1 головка
- яблоко 1 шт.
- масло растительное 1 ст. ложка
- уксус 3%-й 1 ч. ложка
- сахар 1 ч. ложка
- соль
- листья зеленого салата



■ Очищенные картофель, огурец, часть яблока и филе сельди нарежьте тонкими ломтиками, лук – соломкой.

■ Подготовленные продукты соедините, заправьте салат растительным маслом, уксусом, сахаром, солью.

■ При подаче выложите на листья салата, оформите ломтиками сельди и яблока.

• Время приготовления 15 минут •

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРЕВЕТКАМИ

на 4 порции

- картофель 2 шт.
- креветки вареные 50 г
- грибы вареные 50 г
- перец сладкий 1 шт.
- горошек зеленый консервированный 60 г
- масло оливковое 1 ст. ложка
- сок лимонный 1 ч. ложка
- маслины без косточек 20 г
- соль

■ Перец и грибы нарежьте соломкой, картофель и маслины – ломтиками.

■ Подготовленные продукты соедините с креветками и зеленым горошком, заправьте оливковым маслом, лимонным соком, солью.

■ При подаче оформите салат зеленью.





• Время приготовления 15 минут •

САЛАТ «ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ»





на 4 порции

- картофель вареный 2 шт.
- огурец соленый 1 шт.
- яблоко 1 шт.
- филе рыбы холодного копчения 80 г
- грибы маринованные 50 г
- масло растительное 1 ст. ложка
- соль
- листья зеленого салата

■ Филе нарежьте ломтиками.

■ Яблоко и огурец очистите от кожицы, нарежьте соломкой. Картофель и грибы нарежьте ломтиками.

■ Подготовленные продукты соедините, заправьте растительным маслом, солью.

■ При подаче уложите на листья салата, оформите зеленью.

• Время приготовления 15 минут •



Салат из перца и картофеля

на 4 порции

- перец сладкий консервированный 500 г
- картофель вареный 4 шт.
- лук зеленый 100 г
- чеснок 2 зубчика
- яйцо вареное 1 шт.

■ Перец нарежьте соломкой, картофель – ломтиками. Соедините с рубленым зеленым луком.

■ Уложите смесь в салатник и посыпьте мелко рубленным чесноком.

■ При подаче полейте салат заливкой от консервированного перца, оформите яйцом и зеленью.

• Время приготовления 10 минут •

Картофельные шарики с орехами

на 8 порций

- картофель 1 кг
- орехи грецкие 1½ стакана
- лук репчатый 2–3 головки
- гранат 1 шт.
- чеснок 4 зубчика
- масло сливочное 2 ст. ложки
- зелень петрушки 40 г
- перец черный молотый
- соль

■ Картофель сварите и протрите горячим. Добавьте тертый чеснок, часть рубленой зелени, перец, соль, пропущенные через мясорубку зерна граната и лук, перемешайте. Из полученной массы сформуйте шарики, обваляйте в рубленой зелени.

■ При подаче уложите горкой и оформите зернами граната.





• Время приготовления 50 минут •

ПЕЧЕНЫЙ МОЛОДОЙ КАРТОФЕЛЬ

на 12 порций

- картофель мелкий 24 шт.

для соуса:

- сметана 1 стакан
- лук зеленый мелко нарезанный 2 ст. ложки
- горчица готовая 2 ч. ложки
- чеснок 1 зубчик
- перец красный маринованный 3 шт.

■ Картофель промойте и запеките в духовке или в микроволновой печи.

■ Сметану, лук, измельченный чеснок, горчицу хорошо перемешайте.

■ Сделайте крестообразный надрез на каждой картофелине, слегка приоткройте его и заполните соусом. Сверху разложите мелко нарезанный перец и оформите зеленью.

■ Подавайте как горячим, так и холодным.



• Время приготовления 35 минут •

СОЛЕНЫЕ КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПАЛОЧКИ



на 6 порций

- картофель вареный 500 г
- мука 500 г
- брынза 250 г
- масло сливочное 250 г
- белки яичные 2 шт.
- семена тмина 1 ч. ложка
- соль ½ ч. ложки
- соус грибной готовый или кетчуп 300 г

■ Картофель сварите, протрите горячим. Соедините с маслом, солью, тертой брынзой и мукой. Замесите тесто, раскатайте его в пласт толщиной 0,5 см, нарежьте палочками длиной 8 см, смажьте слегка взбитыми яичными белками и посыпьте тмином.

■ Выпекайте палочки на смазанном маслом противне.

■ При подаче уложите горкой, отдельно подайте грибной соус или кетчуп.

• Время приготовления 55 минут •





СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГРИБАМИ

на 4 порции

- грибы белые 250 г
- картофель 300 г
- лук репчатый 80 г
- масло растительное 50 г
- вода 800 г
- перец горошком
- соль
- сметана 40 г

■ Грибы промойте. Ножки порубите и обжарьте на масле. Отдельно обжарьте мелко нарезанный лук.

■ Шляпки грибов нарежьте ломтиками, залейте горячей водой и варите 40 минут.

■ В грибной отвар добавьте нарезанный брусочками картофель, обжаренные ножки грибов и лук, специи. Варите до готовности.

■ При подаче заправьте суп сметаной и рубленой зеленью.

• Время приготовления 1 час 20 минут •

СУП С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ

на 4 порции

- картофель 400 г
- морковь 50 г
- лук репчатый 50 г
- масло растительное 25 г
- бульон или вода 800 г
- перец черный горошком и молотый
- соль
- лавровый лист

для фрикаделек:

- филе морского окуня 200 г
- яйцо ½ шт.
- лук репчатый 50 г

■ Филе пропустите через мясорубку вместе с луком, добавьте яйцо, соль, молотый перец и перемешайте. Сформуйте небольшие шарики, припустите в бульоне до готовности.

■ Морковь и лук нарежьте мелкими кубиками и обжарьте на масле.

■ В кипящий бульон положите нарезанный кубиками картофель, вновь доведите бульон до кипения. Добавьте обжаренные овощи, специи и варите суп до готовности.

■ Подавайте суп с рыбными фрикадельками и рубленой зеленью.



• Время приготовления 45 минут •

на 10 порций

- ветчина 250 г
- картофель 10 шт.
- кукуруза консервированная 300 г
- лук репчатый 2 головки
- морковь 1 шт.
- корень сельдерея 1 шт.
- бульон 3 л
- масло сливочное 2 ст. ложки
- лавровый лист
- соль, перец черный молотый
- яйца вареные 5 шт.



СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУКУРУЗОЙ

■ Картофель нарежьте кубиками, положите в кипящий бульон и доведите до кипения.

■ Морковь, лук, сельдерей и ветчину нарежьте соломкой. Овощи спассеруйте на масле, добавьте вместе с ветчиной в бульон и варите 10 минут. Посолите, поперчите.

■ Добавьте кукурузу и варите суп еще 5 минут.

■ При подаче положите в каждую тарелку половинку вареного яйца и посыпьте рубленой зеленью.

СУП «КАЛОРИЙНЫЙ»

на 5 порций

- картофель 1 кг
- шпик копченый 100 г
- лук репчатый 1 головка
- сосиски 4 шт.
- сметана 4 ст. ложки
- бульон мясной 2 л
- мускатный орех тертый
- майоран сушеный молотый
- соль

■ Картофель нарежьте кубиками и варите в бульоне до размягчения.

■ Половину картофеля достаньте шумовкой и протрите.

■ Луковицу и шпик нарежьте кубиками, сосиски – кружочками. Обжарьте до золотистого цвета, добавьте в суп вместе с протертым картофелем и варите еще 5 минут.

■ Заправьте суп солью, сметаной, майораном и мускатным орехом. Дайте настояться 10 минут.

■ При подаче посыпьте рубленым зеленым луком.



КАРТОФЕЛЬНЫЕ ПИРОЖКИ С ГРИБАМИ

на 6 порций
- картофель 480 г
- мука 10 г

для фарша:
- грибы 150 г
- маргарин 30 г
- лук репчатый 30 г
- яйца ½ шт.

■ Картофель сварите, протрите горячим. Добавьте муку, яйцо и перемешайте.

■ Грибы и лук мелко порубите. Лук слегка обжарьте, добавьте грибы и жарьте до готовности. Посолите и поперчите.

■ Из картофельной массы сформуйте лепешки. Выложите на середину каждой фарш и придайте изделиям форму пирожка.

■ Пирожки уложите на смазанный маргарином противень, смажьте яйцом и выпекайте при 180 °C до образования золотистой корочки.



• Время приготовления 55 минут •

на 2 порции
- картофель 150 г
- яйца 3 шт.
- лук репчатый 70 г
- лук зеленый 20 г
- зелень укропа или петрушки 10 г
- масло сливочное 50 г
- сметана 25 г
- сухари панировочные 10 г
- перец черный молотый
- соль





КОТЛЕТЫ КАРТОФЕЛЬНЫЕ

■ Сваренные вкрутую 2 яйца мелко порубите. Картофель очистите, отварите и протрите.

■ Подготовленные картофель и яйца смешайте с сырым яйцом и сметаной, мелко нарезанными луком и зеленью. Посолите, поперчите.

■ Из полученной массы сформуйте котлеты, запанируйте их в сухарях и обжарьте на масле.

■ Подавайте со сметаной, грибным или томатным соусом, оформите зеленью.

• Время приготовления 50 минут •

КАРТОФЕЛЬ С ЧЕСНОКОМ



на 4 порции

- картофель мелкий 700 г
- бекон 125 г
- чеснок 6 зубчиков
- зелень петрушки 4 веточки
- чабрец 4 веточки
- масло растительное 3 ст. ложки
- соль



■ Бекон нарежьте небольшими кусочками, уложите в жаровню слоями вперемежку с очищенным и нарезанным кружочками картофелем, рублеными чесноком и зеленью. Полейте маслом, посолите и запекайте 30 минут.

■ При подаче оформите зеленью и консервированными овощами.

• Время приготовления 45 минут •

ЗАПЕКАНКА «ОДИН К ДЕСЯТИ»*

на 3 порции

- мякоть баранины 100 г
- картофель 1 кг
- лук репчатый 1 головка
- тимьян сушеный молотый 1 ч. ложка
- перец черный молотый
- соль
- бульон мясной

для теста:

- мука 100 г
- маргарин 50 г
- яйцо 1 шт.
- соль

■ Приготовьте песочное тесто, смешав все его компоненты, выдержите его 30 минут в холодильнике, затем раскатайте.

■ Баранину и лук мелко нарежьте и положите в плоскую посуду вместе с нарезанным кубиками картофелем. Залейте бульоном так, чтобы он покрыл продукты. Посолите, поперчите, посыпьте тимьяном. Вместо крышки положите тесто и придавите.

■ Тушите на слабом огне 1,5 часа.

* 100 г баранины : 1000 г картофеля = 1:10.





• Время приготовления 1 час 40 минут •

на 6 порций

- картофель 1 кг
- сыр твердый 150 г
- масло растительное 2 ст. ложки
- помидоры 3 шт.
- листья зеленого салата

для соуса:

- сметана 250 г
- мука ½ ст. ложки
- ветчина 100 г
- чеснок 4 зубчика



КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ С СОУСОМ

- Поджаренную до светло-коричневого цвета муку разбавьте сметаной и доведите соус до кипения, добавьте мелко нарезанную ветчину и рубленый чеснок.
- Клубни картофеля разрежьте пополам, выложите на разогретый с маслом противень, полейте приготовленным соусом и посыпьте тертым сыром. Запекайте до готовности.
- При подаче картофель выложите на листья зеленого салата, оформите помидорами и зеленью.

• Время приготовления 50 минут •

КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА ПО-МОНАСТЫРСКИ

на 4 порции

- картофель 5 шт.
- грибы 300 г
- масло растительное 3 ст. ложки
- чеснок 1 зубчик
- сухари панировочные 1 ст. ложка
- соль

- Картофель и грибы нарежьте ломтиками.
- В форму, натертую разрезанным зубчиком чеснока и смазанную маслом, выложите слоями картофель и грибы, посолив и полив маслом каждый слой. Верхний посыпьте сухарями.
- Запекайте при 180 °С около часа.
- Подавайте, оформив зеленью.





• Время приготовления 1 час 10 минут •

КАРТОФЕЛЬ В КЛЯРЕ

на 4 порции

- картофель 10–12 клубней
- масло растительное ½ стакана
- горчица 1 ст. ложка

для теста:

- мука 1 стакан
- пиво светлое ½ стакана
- масло растительное 1–2 ст. ложки
- соль

для соуса:

- грибы 260 г
- мука 4 ст. ложки
- масло растительное 2 ст. ложки
- лук репчатый 2 головки

■ Приготовьте тесто из указанных компонентов и выдержите его 30 минут.

■ Грибы отварите и мелко нарежьте. Лук нашинкуйте и обжарьте на масле, добавьте грибы и обжаривайте еще 5 минут.

■ Муку подсушите до золотистого цвета и разведите 2 стаканами грибного отвара, соедините с луком и грибами, посолите и проварите при слабом кипении 15 минут.

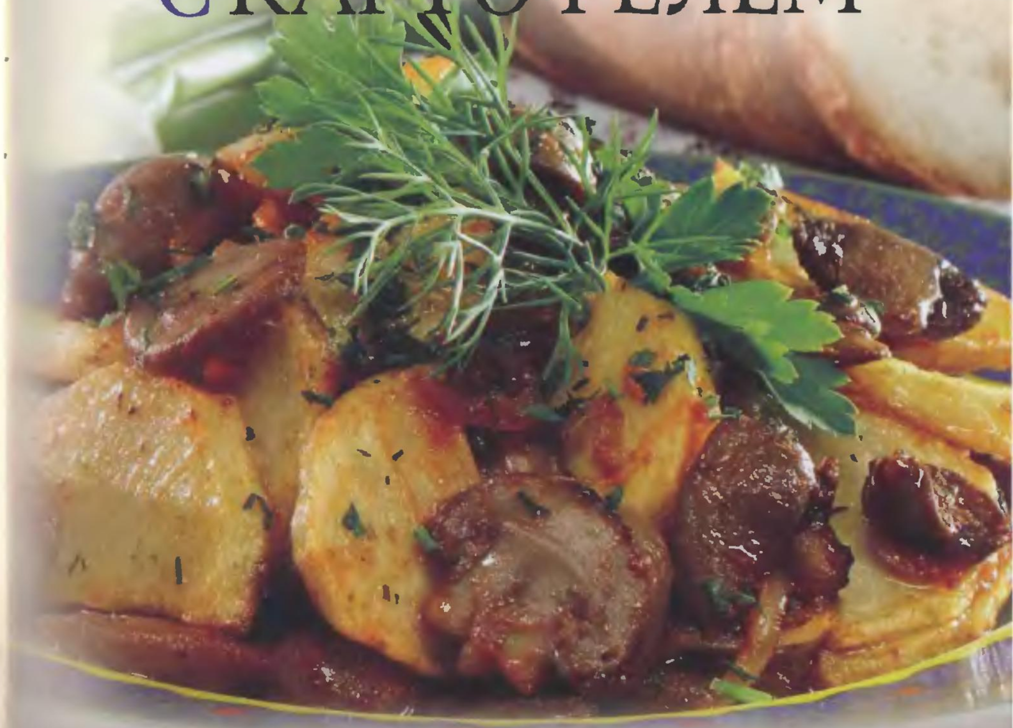
■ Картофель сварите и остудите. Нарежьте тонкими ломтиками, смажьте горчицей и посолите. Обмакивайте картофель в тесто и обжаривайте в масле до золотистого цвета.

■ Подавайте картофель с соусом.



• Время приготовления 55 минут •

ГРИБЫ, ТУШЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ



на 3–4 порции

- грибы 400 г
- картофель 3 шт.
- сметана 100 г
- томат-пюре 1 ст. ложка
- масло сливочное 4 ст. ложки
- лук репчатый 1 головка
- лавровый лист
- перец черный молотый
- соль

■ Грибы очистите и опустите на 5–6 минут в кипяток, затем откиньте на дуршлаг. Нарежьте ломтиками, обжарьте на части масла, положите в сотейник и залейте сметаной.

■ Томат, соль, перец, лавровый лист добавьте к грибам и тушите 5–7 минут.

■ Лук нашинкуйте, спассеруйте с оставшимся маслом.

■ Картофель нарежьте ломтиками, обжарьте, соедините с пассерованным луком, грибами и тушите до готовности.

■ При подаче посыпьте рубленой зеленью.

• Время приготовления 55 минут •

КАРТОФЕЛЬ ПО-ПЕРУАНСКИ





на 6 порций

- картофель 1 кг
- апельсины 3 шт.
- брынза 400 г
- паприка рубленая 2 ст. ложки
- масло сливочное 3 ст. ложки
- яйца вареные 2 шт.
- маслины
- листья зеленого салата

■ Картофель сварите в слегка подсоленной воде и нарежьте кружочками.

■ Из апельсинов отожмите сок, добавьте измельченную брынзу и перец, доведите смесь до кипения. Добавьте картофель и масло.

■ Подавайте с листьями салата, нарезанными кружочками яйцами и маслинами.

• Время приготовления 55 минут •

ОЛАДЬИ ИЗ ТЫКВЫ И КАРТОФЕЛЯ

на 5 порций

- тыква 500 г
- картофель 5 шт.
- мука 6 ст. ложек
- яйца 2 шт.
- масло растительное 100 г
- соль
- сметана ½ стакана

■ Тыкву и картофель натрите на терке, добавьте желтки, муку, соль и перемешайте. Осторожно введите взбитые белки.

■ Приготовленную массу выкладывайте ложкой на сковороду с разогретым маслом и жарьте оладьи.

■ Подавайте со сметаной.



• Время приготовления 45 минут •

на 8 порций

- картофель молодой 1 кг
- шпинат 500 г
- сыр твердый 250 г
- морковь 4 шт.
- лук репчатый 4 головки
- кубики бульонные 2 шт.
- масло растительное 4 ст. ложки
- масло сливочное 4 ст. ложки
- мука 2 ст. ложки
- молоко 2 стакана
- мускатный орех тертый 1 щепотка
- сухари панировочные
- перец черный молотый
- соль





КАРТОФЕЛЬНАЯ ЛАЗАНЬЯ

Картофель и морковь нарежьте кружочками, отварите в приготовленном из кубиков бульоне, затем обсушите.

Лук нарежьте, спассеруйте с растительным маслом, добавьте шпинат и тушите 7 минут.

Для соуса спассеруйте муку со сливочным маслом без изменения цвета, охладите. Соедините с кипяченым молоком, посолите, приправьте мускатным орехом, перцем, перемешайте и проварите до загустения. Добавьте часть тертого сыра и прогревайте, помешивая, пока сыр не расплавится.

В форму, смазанную маслом и посыпанную сухарями, уложите слоями овощи, поливая каждый слой соусом. Посыпьте оставшимся сыром и запеките.

• Время приготовления 55 минут •

КАРТОФЕЛЬНАЯ БАБКА

на 6 порций

- картофель 800 г
- яйцо 1 шт.
- мука 1 ст. ложка
- масло растительное 50 г
- перец черный молотый
- соль

для начинки:

- шампиньоны 250 г
- лук репчатый 100 г
- масло растительное 70 г

Картофель натрите, смешайте с мукой, посолите, поперчите, добавьте взбитое яйцо, перемешайте.

Грибы нарежьте ломтиками и обжарьте вместе с мелко нарезанным луком.

Половину картофельной массы выложите на смазанную маслом сковороду, затем – грибную начинку, сверху – оставшийся картофель. Запекайте до образования золотистой корочки.



• Время приготовления 55 минут •

КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ СЕЛЬДЬЮ

на 6 порций

- картофель 1 кг
- филе соленой сельди 200 г
- масло растительное 2 ст. ложки
- лук репчатый 2 головки
- яйцо 1 шт.
- сметана 1 стакан
- перец черный молотый
- соль

■ Картофель сварите «в мундире» до полуготовности. Охладите и очистите. Разрежьте клубни пополам и выньте сердцевину.

■ Вынутую мякоть картофеля пропустите через мясорубку с филе сельди, добавьте измельченный лук, соль, перец, яйцо и половину нормы сметаны. Взбейте.

■ Подготовленный картофель наполните фаршем, уложите в смазанную маслом сковороду, залейте оставшейся сметаной и запеките. При подаче оформите зеленью.



• Время приготовления 1 час 15 минут •

на 12 порций

- картофель круглый 12 шт.
- сметана 2 стакана
- соль

для фарша:

- мякоть говядины 400 г
- лук репчатый 1 головка
- жир свиной 1 ст. ложка
- перец молотый черный
- соль



КАРТОФЕЛЬ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ

■ Картофель очистите, удалите сердцевину.

■ Лук мелко нашинкуйте и обжарьте на части жира.

■ Говядину пропустите через мясорубку, смешайте с луком, посолите и поперчите.

■ Клубни картофеля заполните полученным фаршем, слегка обжарьте на оставшемся жире, уложите в сковороду, посолите, залейте сметаной и запеките.

■ Подавайте, оформив зеленью.

• Время приготовления 1 час 10 минут •

КАРТОФЕЛЬ С МЯСОМ И КАПУСТОЙ

на 4 порции

- картофель 1 кг
- фарш мясной смешанный 500 г
- капуста квашеная 500 г
- лук репчатый 1 головка
- чеснок 2 зубчика
- масло растительное 3 ст. ложки
- масло сливочное 1 ч. ложка
- перец черный молотый
- соль

для соуса:

- бульон мясной 250 г
- сметана 200 г
- сыр 150 г
- яйца 2 шт.

■ Мясной фарш обжарьте на растительном масле, добавьте рубленые лук и чеснок, обжарьте, посолите и поперчите.

■ Картофель нарежьте ломтиками.

■ Бульон перемешайте со сметаной, яйцами и тертым сыром.

■ В форму, смазанную сливочным маслом, выложите слоями сначала ½ нормы картофеля, затем – ½ нормы капусты, мясной фарш, оставшуюся капусту и картофель. Залейте соусом и запекайте около часа при 200 °С.



• Время приготовления 1 час 20 минут •

на 6 порций

- фарш мясной 500 г
- грибы 500 г
- лук зеленый 30 г
- картофель 5 шт.
- яйца сырые 2–3 шт.
- яйца вареные 2 шт.
- масло сливочное 150 г
- мука 4–5 ст. ложек
- масло растительное 1 ст. ложка
- зелень укропа
- перец черный молотый
- соль





ПИРОГ СЛОЕНЫЙ

■ Картофель сварите в подсоленной воде и разомните горячим. Слейте воду. Вбейте яйца, добавьте размягченную часть сливочного масла и муку – столько, чтобы можно было замесить негустое тесто. Разделите картофельное тесто на две неравные части.

■ Для грибной начинки грибы отварите. Лук мелко порубите и обжарьте вместе с грибами на растительном масле. Посолите.

■ Для яичной начинки вареные яйца мелко порубите. Лук нарежьте колечками. Яйца и лук смешайте и заправьте растопленным оставшимся сливочным маслом.

■ Для мясной начинки фарш обжарьте. Посолите, поперчите.

■ В смазанную маслом форму выложите большую часть теста. Затем выложите слоями разные начинки. Накройте меньшей частью теста, смажьте сливочным маслом и запекайте до образования румяной корочки.

• Время приготовления 1 час 20 минут •

УДК 641.55 (083)
ББК 36.992
Г74

Готовим из картофеля. – 2-е изд. – Челябинск: Аркаим, 2005. – 32 с.: ил. – (Семь поварят).

Г74

ISBN 5-8029-1041-0

Благодаря своим пищевым и кулинарным качествам картофель занимает важное место в питании. В этой книге вы найдете иллюстрированные рецепты разнообразных блюд из картофеля.

УДК 641.55 (083)
ББК 36.992

2-е издание

Издание для досуга

Готовим из картофеля



Ответственный редактор Александр Самойлов
Дизайн серии – Владислав Кугаевский
Художник Евгения Суздальцева
Художественный редактор Наталья Тихоплав
Научный консультант Ирина Ройтенберг
Технический редактор Тамара Анохина
Корректор Евгения Примакова
Компьютерная верстка – Ольга Воробьева
Фотограф Александр Титаев
Дизайн обложки – Наталья Тихоплав
Фотограф Константин Шевчик
Стилист Елена Брюхина

Блюда приготовлены и апробированы в кулинарной студии издательства «Аркаим»

Подписано в печать 26.11.04. Гарнитура FreeSet. Печать офсетная
ООО «Издательство «Аркаим», ООО «Издательство «Урал Л.Т.Д.», 454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
Отпечатано в Китае

По вопросам приобретения литературы обращайтесь:

Челябинск, ООО «Издательство «Аркаим»,
ООО «Издательство «Урал Л.Т.Д.»
454091, г. Челябинск, ул. Постышева, 2
тел. (3512) 65-87-01 (отдел реализации)
тел/факс: 65-87-00, 65-86-97
e-mail: sales@arkaim.biz, www.millionmenu.ru

Москва, представительство ООО «Издательство «Аркаим»,
ООО «Издательство «Урал Л.Т.Д.»
107023, г. Москва, ул. Малая Семеновская, 11а, стр. 4
тел.: (095) 964-14-57, 964-14-80
e-mail: moscow@arkaim.biz

ISBN 5-8029-1041-0